

PLANNING FITNESS

Vacances Noël du 24 décembre au 06 janvier 2019

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09h15						STUDIO HBX CYRIL TEAM TRAINING 30 MIN	
09h30	SALLE 1 THOMAS LES MILLS tone 45 MIN		STUDIO RPM CYRIL LES MILLS RPM 45 MIN	SALLE 1 THOMAS LES MILLS CXWORX 30 MIN	SALLE 1 ARNAUD LES MILLS BODYBALANCE 1 H		STUDIO RPM CYRIL LES MILLS RPM 45 MIN
10h00			STUDIO HBX XAVIER HBX BOXING 30 MIN	STUDIO RPM SYLVAIN LES MILLS sprint 30 MIN		SALLE 1 JEREMY LES MILLS BODYPUMP 1 H	
10h30							STUDIO RPM JEREMY LES MILLS RPM 45 MIN
12h30	SALLE 1 HEDI LES MILLS BODYPUMP 45 MIN		SALLE 1 XAVIER LES MILLS BODYPUMP 45 MIN	STUDIO HBX FLORIAN LES MILLS GRIT STRENGTH 30 MIN STUDIO RPM HEDI LES MILLS RPM 45 MIN	SALLE 1 THOMAS tone 45 MIN STUDIO HBX CYRIL LES MILLS GRIT CARDIO 30 MIN	11h15 STUDIO RPM CYRIL LES MILLS RPM 45 MIN	11h15 SALLE 1 CYRIL LES MILLS BODYBALANCE 1 h
15h00							
16h15							
16h30							
17h30			SALLE 1 THOMAS tone 45 MIN	SALLE 1 SYLVAIN YOGA 1 H STUDIO RPM CYRIL LES MILLS RPM 45 MIN	SALLE 1 JEREMY LES MILLS BODYATTACK 45 MIN STUDIO HBX THOMAS HBX TRX 30 MIN		
17h45			STUDIO HBX CYRIL LES MILLS GRIT CARDIO 30 MIN				
18h30			SALLE 1 THOMAS LES MILLS BODYJAM 1 H SALLE 2 XAVIER LES MILLS CXWORX 30 MIN STUDIO HBX CYRIL HBX TRX 30 MIN STUDIO RPM GERALD LES MILLS RPM 45 MIN	SALLE 1 JEREMY LES MILLS BODYPUMP 1 H SALLE 2 CYRIL LES MILLS BODYBALANCE 1 H STUDIO HBX FLORIAN LES MILLS GRIT PLYO 30 MIN	SALLE 1 XAVIER LES MILLS BODYPUMP 1 H STUDIO HBX JEREMY X TRAINING CROSS TRAINING 45 MIN STUDIO RPM CYRIL LES MILLS RPM 45 MIN		
19h30			SALLE 1 JEREMY LES MILLS BODYATTACK 1 H SALLE 2 THOMAS PILATES 45 MIN	SALLE 1 FLORIAN LES MILLS BODYATTACK 1 H SALLE 2 WILLIAM YOGA 1 H			
19h45							
20h00							

HORAIRES ESPACE FITNESS

Lundi	6h* - 22h
Mardi	6h* - 22h
Mercredi	9h - 22h
Jeudi	6h* - 22h
Vendredi	9h - 22h
Samedi	9h - 19h
Dimanche	9h - 19h

* 6h-9h Réservés aux abonnés